



Stage Monique Assal – Tissu mou, tissu dur : quand les parties molles jouent aux parties dures

Samedi 4 octobre 2025

Lonay – Route de Roman 10 - Salle Espace Roman

Accueil : 09h30 Café, thé, croissants

Enseignement : 10h00-13h00 et 14h00-17h00

Repas de midi : Pique-nique amené par vos soins

Association d'enseignants
de Taiji quan et Qi gong
auprès des personnes âgées

Curieux ce constat, n'est-ce pas.

Pourtant il est au cœur d'une grande partie des maux, voire des pathologies des personnes en état de tension, de stress et donc de nombreuses personnes âgées.

Une sympathicotonie qui se prolonge bien au-delà d'un événement auquel répond un dérèglement de la circulation des liquides dans le corps. S'en suivent de multiples modifications tissulaires, transitoires dans un premier temps, qui peuvent devenir organiques par la suite.

Ainsi la peau se dessèche, perd de son élasticité, la musculature devient moins contractile, l'ensemble des tissus mous se charge plus de collagène que d'élastine, bref le tout devient plus fibreux, plus sec, moins agile.

Tableau classique me direz-vous chez la plupart des élèves de centrÂge.

Ce qui me frappe, après beaucoup d'années de pratique, c'est la fréquente incidence de cet état de fait sur les parties dures, c'est-à-dire l'ossature. La rigidification des parties molles semble créer une opacité entre les plans profonds et le monde environnant, créant ainsi une sorte d'asphyxie partielle de cette profondeur.

Irons-nous jusqu'à dire que certaines ostéoporoses seraient la conséquence de cet isolement ?

La question est ouverte.

Je vous invite à consacrer une journée à identifier de manière pratique ces différentes couches de notre corps. Cela nous donnera évidemment l'occasion de reparler d'hydratation et de diverses pathologies que vous rencontrez chez vos élèves.

Je me réjouis de cette journée de découvertes et d'échanges.

Monique Assal

Monique Assal : *physiothérapeute, formatrice en Voice Dialogue, diplômée CMF en énergétique chinoise.*

Inscription : L'inscription se fait par mail à info@centrage.ch dans l'ordre d'arrivée car le nombre de participants est limité. Réservé dans un 1^{er} temps aux membres ayant payé leur cotisation 2025.

Prix du stage : CHF 80.00 pour les membres centrÂge

Paiement sur l'IBAN CH57 0900 0000 1710 6211 2 au nom de centrÂge,
1000 Lausanne, préciser *Stage Monique Assal 2025*.

En cas de désistement dans les 14 jours avant le stage, la moitié du montant sera retenu.